

# Therapeutischer Rahmen

P. G.

Im Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe von Wolfgang Mertens (Herausgeber, 5. Auflage, 2022) finden sich unter dem Stichwort „Rahmen“ folgende Formulierungen. Erstens - und das finde ich überraschend - taucht der Rahmen als Begriff gemeinsam mit dem Begriff „Setting“ auf, so als würden diese beiden Begriffe (Konzepte) unmittelbar zusammengehören. Und dann steht im Detail zu lesen (gekürzt): „Darunter werden konstante Bedingungen verstanden, unter denen der psychoanalytische Prozess stattfindet. Der Rahmen besitzt mehrfach determinierte Eigenschaften und Funktionen, die man auf drei Ebenen ansiedeln kann: 1. die Vertragsebene (verbindliche Behandlungsbedingungen wie Frequenz, Zeitpunkt der Behandlung, Finanzierung, räumliches Arrangement); 2. technische Regeln (freie Assoziation auf Seiten der Patientin, gleichschwebende Aufmerksamkeit auf Seiten der Therapeutin); 3. Symbolische Qualitäten, die auf ein Drittes verweisen (fördernde Umgebung, triangulierende Funktion der Sprache, Holding und Containing, Anwesenheit und Abwesenheit sowie Getrenntheit und Andersartigkeit von Subjekt und Objekt). Jetzt mal abgesehen von den Einzelheiten - warum wohl werden hier Rahmen und Setting in einem Atemzug genannt?

ChatGPT

Die Verbindung von „Rahmen“ und „Setting“ in der psychoanalytischen Theorie, wie sie im Handbuch von Wolfgang Mertens beschrieben wird, ist tatsächlich sehr bedeutend und entspricht einer grundlegenden Überlegung in der Psychoanalyse. Der Grund, warum diese beiden Begriffe häufig in einem

Atemzug genannt werden, liegt darin, dass sie beide die strukturellen und kontextuellen Bedingungen beschreiben, unter denen eine psychoanalytische Behandlung stattfindet.

**1. Gemeinsamkeit in der Funktion:** Der „Rahmen“ und das „Setting“ dienen beide dazu, die notwendige Struktur und Stabilität für den therapeutischen Prozess zu gewährleisten. Das Setting bezeichnet dabei typischerweise die konkreten, praktischen und äußeren Bedingungen der Behandlung, wie zum Beispiel den Raum, die Sitzungen, die Dauer und Frequenz der Sitzungen, also all jene Faktoren, die die äußere Struktur der Therapie ausmachen.

Der „Rahmen“ hingegen geht über das Setting hinaus und umfasst zusätzlich die psychologischen und symbolischen Aspekte, die die Behandlung ermöglichen. Der Rahmen schafft eine sichere Umgebung, in der unbewusste Prozesse zum Vorschein kommen können. Er garantiert die Konstanz und Verlässlichkeit, die für den psychoanalytischen Prozess essenziell sind.

**2. Ebenen des Rahmens und des Settings:** Wie im Text von Mertens beschrieben, kann der Rahmen auf drei Ebenen verstanden werden: die vertragliche Ebene, die technischen Regeln und die symbolischen Qualitäten. Das Setting kann dabei als die vertragliche Ebene des Rahmens verstanden werden, die die physischen und formalen Bedingungen der Therapie beschreibt. Ohne diese Struktur wäre der therapeutische Prozess nicht denkbar, da sie die äußeren Bedingungen für das Setting bereitstellt.

Die symbolischen Qualitäten und technischen Regeln, die Mertens im Rahmen beschreibt, gehen jedoch über das Setting hinaus und befassen sich mit der inneren Struktur und der psychodynamischen Funktion, die diese äußeren Bedingungen erst mit Bedeutung füllen. Die technischen Regeln, wie die freie Assoziation und die gleichschwebende Aufmerksamkeit, sind spezifische methodische Aspekte, die innerhalb des Rahmens, den das Setting bietet, stattfinden.

**3. Interdependenz von Rahmen und Setting:** Der Rahmen ist ohne das Setting nicht operationalisierbar, da er auf den strukturellen und äußeren Bedingungen des Settings aufbaut. Gleichzeitig macht der Rahmen das Setting erst zu einem psychologisch wirksamen Raum, indem er durch symbolische und technische Ebenen eine tiefere Bedeutungsschicht hinzufügt, die das therapeutische Arbeiten ermöglicht.

**Zusammengefasst:**

Rahmen und Setting werden in der Psychoanalyse eng miteinander verbunden, weil sie beide die Struktur und den Kontext beschreiben, innerhalb dessen psychoanalytische Prozesse stattfinden können. Das Setting bildet die äußere, formale Struktur, während der Rahmen diese Struktur psychologisch und symbolisch auflädt und somit die Bedingungen für die therapeutische Arbeit schafft. Ihre enge Verknüpfung reflektiert die Notwendigkeit, dass die äußeren und inneren Bedingungen einer Therapie kohärent zusammenwirken müssen, um den therapeutischen Prozess zu ermöglichen.

P. G.

Ich vermute, für einige oder viele Nicht-Psychoanalytiker sind die hier beschriebenen Zusammenhänge nicht unmittelbar einleuchtend. Als „Setting“ wird im Allgemeinen wohl eher folgendes verstanden: mit welchen Altersgruppen man arbeitet (Erwachsene, Kinder, Jugendliche), ob im Liegen oder im Gegenüber-Sitzen oder in einem offenen Setting (die Positionen sind nicht festgelegt), und ob Einzeltherapie, Gruppe oder andere Settings. Als „Rahmen“ würden viele die „vertraglichen“ Bedingungen verstehen, einschließlich der Absageregeln und der Vereinbarung eines Ausfallshonorars. Was macht den Unterschied zwischen einer psychoanalytischen und einer nicht-

psychoanalytischen Sichtweise eigentlich tatsächlich aus? Es ist ja wohl kein Zufall, dass Rahmen und Setting seitens der Psychoanalyse als so stark zusammengehörig definiert werden....

ChatGPT

Der Unterschied zwischen einer psychoanalytischen und einer nicht-psychoanalytischen Sichtweise auf „Rahmen“ und „Setting“ liegt in der Tiefe und der Funktion, die diese Konzepte innerhalb des therapeutischen Prozesses einnehmen. In der Psychoanalyse geht es weniger um die äußeren, organisatorischen Bedingungen, die in einem breiteren psychotherapeutischen Kontext als „Setting“ oder „Rahmen“ verstanden werden, sondern um die psychische Bedeutung und Wirkung dieser Strukturen auf den therapeutischen Prozess.

### **1. Funktion des Settings in der Psychoanalyse:**

In der allgemeinen psychotherapeutischen Praxis wird das Setting oft in einem eher praktischen Sinne verstanden: als die äußeren Umstände, unter denen Therapie stattfindet. Dazu gehören Aspekte wie die Zielgruppe (Kinder, Jugendliche, Erwachsene), die Form (Einzel-, Gruppen-, Paartherapie), und die räumliche Anordnung (Sitzen, Liegen, bewegliche Sitzpositionen). Diese Faktoren sind sicherlich auch in der Psychoanalyse von Bedeutung, doch dort wird ihnen eine tiefere, unbewusste Bedeutung zugeschrieben.

In der Psychoanalyse dient das Setting nicht nur als organisatorischer Rahmen, sondern als ein entscheidendes Element, das die unbewusste Dynamik zwischen Therapeut und Patient beeinflusst. Zum Beispiel hat die klassische Anordnung, bei der der Patient auf der Couch liegt und der Analytiker außer Sicht sitzt, nicht nur eine praktische Funktion, sondern symbolisiert und unterstützt spezifische unbewusste Prozesse, wie die Regression und die Übertragung. Diese

Konstellation ermöglicht es dem Patienten, freier zu assoziieren, während der Therapeut weniger durch direkte Konfrontation beeinflusst wird und sich auf die gleichschwebende Aufmerksamkeit konzentrieren kann.

## **2. Rahmen als psychologische Struktur:**

Während in nicht-psychoanalytischen Ansätzen der „Rahmen“ oft als die vertraglichen Bedingungen der Therapie verstanden wird (wie etwa die Frequenz der Sitzungen, Honorarvereinbarungen, Absageregeln), sieht die Psychoanalyse den Rahmen als eine psychologische Struktur, die den gesamten therapeutischen Prozess schützt und hält. Der Rahmen ist eine Art Container, der die notwendige Sicherheit und Stabilität bietet, damit tiefere psychische Prozesse in Gang gesetzt werden können.

Diese Stabilität und Konstanz schaffen eine Umgebung, in der der Patient unbewusste Konflikte, Ängste und Wünsche ausleben kann, ohne dass die Realität des therapeutischen Rahmens infrage gestellt wird. Dadurch entsteht ein Raum, in dem symbolische und emotionale Bedeutungen bearbeitet werden können, was in einem unstrukturierten oder weniger klar definierten Rahmen schwerer erreichbar wäre.

## **3. Die Verknüpfung von Rahmen und Setting in der Psychoanalyse:**

Die enge Verbindung von Rahmen und Setting in der Psychoanalyse spiegelt die Überzeugung wider, dass äußere Bedingungen (das Setting) und innere psychische Prozesse (der Rahmen) nicht getrennt voneinander existieren können. Das Setting schafft die äußeren Bedingungen, die der psychoanalytische Rahmen dann psychologisch auflädt. Zum Beispiel sind die regelmäßigen Termine und die Festlegung von Behandlungsbedingungen nicht nur organisatorische Notwendigkeiten, sondern tragen auch zur Symbolisierung und

zur Schaffung eines sicheren Raums bei, in dem tiefere unbewusste Prozesse angestoßen werden können.

Diese Verknüpfung zeigt, dass in der Psychoanalyse jeder Aspekt des Settings auch eine psychische Funktion hat. Der Raum, die Sitzordnung, die Frequenz und Dauer der Sitzungen – all dies trägt zur Entstehung eines psychoanalytischen Raums bei, der es dem Patienten ermöglicht, seine inneren Konflikte und Dynamiken zu explorieren.

### **Fazit:**

In der psychoanalytischen Sichtweise sind Rahmen und Setting eng miteinander verwoben, da beide dazu dienen, einen spezifischen Raum zu schaffen, in dem unbewusste Prozesse und innere Konflikte sicher und strukturiert bearbeitet werden können. In nicht-psychoanalytischen Ansätzen wird diesen Aspekten oft weniger psychologische Tiefe zugesprochen, und sie werden mehr als organisatorische Elemente der Therapie betrachtet. Die psychoanalytische Perspektive erkennt in jedem Element des Settings und des Rahmens eine potenzielle Bedeutung für den therapeutischen Prozess, was die tiefe und integrative Sichtweise auf diese Konzepte erklärt.

P. G.

Es geht somit um unbewusste Prozesse und deren Bearbeitungsmöglichkeiten. Ich vermute, damit ist das dynamische Unbewusste gemeint, und nicht das deskriptive Unbewusste (auch „Vorbewusstes" genannt), zu dem beispielsweise körperliche Vorgänge gehören, auf die wir üblicherweise nicht achten, die aber nicht in einem dynamischen Sinn verdrängt sind - korrekt?

ChatGPT

Ja, genau! In der psychoanalytischen Theorie bezieht sich der Fokus auf das **dynamische Unbewusste** und nicht auf das deskriptive Unbewusste oder Vorbewusste.

### **1. Dynamisches Unbewusstes:**

Das dynamische Unbewusste ist ein zentraler Begriff in der Psychoanalyse, der auf die unbewussten Wünsche, Konflikte, Ängste und Triebe verweist, die aktiv verdrängt oder unterdrückt werden, weil sie als bedrohlich, unangenehm oder sozial inakzeptabel empfunden werden. Diese unbewussten Inhalte sind oft die Quelle von Symptomen, Verhaltensmustern und emotionalen Schwierigkeiten, die sich im Laufe der psychoanalytischen Therapie zeigen und bearbeitet werden. Die Arbeit im Rahmen und Setting der Psychoanalyse zielt darauf ab, diese unbewussten Inhalte zu erkunden, bewusst zu machen und zu integrieren, um Heilung und Einsicht zu fördern.

### **2. Deskriptives Unbewusstes (Vorbewusstes):**

Das deskriptive Unbewusste oder Vorbewusste hingegen umfasst Inhalte, die nicht im aktuellen Bewusstsein präsent sind, aber relativ leicht ins Bewusstsein gebracht werden können, wie zum Beispiel bestimmte Erinnerungen oder Informationen, die im Moment nicht bewusst abgerufen werden, aber zugänglich sind. Dazu gehören auch automatische Körperprozesse wie Atmung oder Herzschlag, die normalerweise nicht bewusst gesteuert werden, sowie gespeicherte Informationen und Erfahrungen, die nicht aktiv verdrängt werden.

### **3. Warum das dynamische Unbewusste im Mittelpunkt steht:**

Die psychoanalytische Arbeit zielt darauf ab, die tiefen, oft verdrängten Inhalte des dynamischen Unbewussten zu erforschen. Das Setting und der Rahmen der

Analyse schaffen die notwendigen Bedingungen, um diese unbewussten Prozesse ins Bewusstsein zu heben. Der sichere, strukturierte Rahmen ermöglicht es dem Patienten, unbewusste Konflikte zu durchleben und zu bearbeiten, ohne von ihnen überwältigt zu werden. Dies steht im Gegensatz zur bloßen Arbeit mit vorbewussten oder deskriptiv-unbewussten Inhalten, die keinen so starken Widerstand oder Abwehrmechanismus hervorrufen. In der psychoanalytischen Praxis ist also das dynamische Unbewusste der Bereich, in dem die wesentlichen therapeutischen Prozesse stattfinden, da hier die emotionalen und psychischen Konflikte liegen, die die tiefgreifendsten Auswirkungen auf das Erleben und Verhalten des Patienten haben. Der Rahmen und das Setting sind darauf ausgelegt, den Zugang zu diesem dynamischen Unbewussten zu erleichtern und die therapeutische Arbeit in diesem Bereich zu unterstützen.

P. G.

Das scheint mir nachvollziehbar zu sein. Ich würde lediglich hinzufügen wollen, dass in der psychodynamischen Körperpsychotherapie beide Formen des Unbewussten eine therapeutisch wichtige Rolle spielen - sowohl das dynamische Unbewusste als auch das deskriptiv Unbewusste. Die Besonderheit dieses Zugangs liegt meines Erachtens genau darin: Dass wir in einer modifizierten Form psychoanalytisch arbeiten und psychoanalytisch verstehen (wenngleich im offenen Setting, anstatt im Couch-Setting oder im Gegenüber-Sitzen), zusätzlich aber den Zugang zu nicht oder schwer symbolisierbaren Erfahrungsbereichen dadurch erleichtern, indem wir die Körper- und Handlungsebene systematisch einbeziehen. Meine persönliche Überzeugung ist, dass auf diese Weise oft (wenngleich nicht immer) sehr tiefgehende therapeutische Prozesse in Gang kommen, die hinsichtlich der emotionalen Verdichtungsmöglichkeiten über die übliche psychoanalytische Arbeit



hinausgehen. Das wird übrigens mittlerweile teilweise auch anerkannt und es kommt daher vor, dass mir (und vermutlich nicht nur mir) Psychoanalytiker Patienten schicken, bei denen sich der Zugang zu bestimmten relevanten Affekten ihrer Patienten auf dem Weg des „Miteinander-Sprechens“ nicht ausreichend erfolgreich gestaltet....

ChatGPT

Ihre Ergänzung und Ausführung sind sehr treffend und unterstreichen eine wichtige Entwicklung in der psychodynamischen und psychoanalytischen Therapie: die Anerkennung und Integration des Körpers als Träger von unbewussten und vorbewussten Prozessen.

### **1. Integration des deskriptiven und dynamischen Unbewussten:**

In der psychodynamischen Körperpsychotherapie spielen sowohl das dynamische Unbewusste als auch das deskriptiv Unbewusste eine zentrale Rolle. Während die klassische Psychoanalyse sich primär auf das dynamische Unbewusste konzentriert, erweitert die Körperpsychotherapie den Zugang zu unbewussten Inhalten, indem sie den Körper als Ausdrucks- und Speicherort für sowohl dynamisch unbewusste als auch vorbewusste Prozesse betrachtet. Durch die Arbeit mit dem Körper können vorbewusste und deskriptiv unbewusste Prozesse, die in den klassischen psychoanalytischen Settings möglicherweise übersehen oder nicht ausreichend bearbeitet werden, ins Bewusstsein gebracht und in die therapeutische Arbeit integriert werden. Das betrifft zum Beispiel körperliche Spannungen, Haltungs- und Bewegungsmuster, die emotionale und psychische Zustände widerspiegeln, welche verbal nicht unmittelbar zugänglich sind.

## **2. Körper und Handlungsebene als Zugang zu schwer symbolisierbaren Erfahrungen:**

Der systematische Einbezug der Körper- und Handlungsebene in der psychodynamischen Körperpsychotherapie ermöglicht es, besonders schwer symbolisierbare oder präverbale Erfahrungen zu erreichen. Diese können oft nicht durch das reine „Miteinander-Sprechen“ erfasst werden, da sie sich in einer Zeit oder auf einer Ebene der Entwicklung abgespielt haben, in der sprachliche Verarbeitung noch nicht möglich war oder in der die emotionale Intensität so groß war, dass sie sich in somatische Symptome, Körperspannungen oder andere körperliche Ausdrucksformen verlagert hat.

Durch körperorientierte Techniken können diese Erfahrungen aktiviert, gespürt und schließlich in den therapeutischen Prozess integriert werden. Dies ermöglicht oft eine tiefere emotionale Verarbeitung und kann therapeutische Durchbrüche herbeiführen, die in einem rein verbalen Setting schwer erreichbar wären.

## **3. Kooperation zwischen Psychoanalyse und Körperpsychotherapie:**

Die zunehmende Anerkennung dieser Methodik durch klassische Psychoanalytiker, wie Sie sie beschreiben, ist ein Zeichen für die Öffnung und Weiterentwicklung der psychoanalytischen Therapieansätze. Dass Psychoanalytiker Patienten an Körperpsychotherapeuten überweisen, zeigt, dass die Grenzen zwischen den verschiedenen therapeutischen Ansätzen zunehmend durchlässig werden und die Stärken der jeweiligen Methoden anerkannt und genutzt werden.

Ihre Beschreibung, dass Psychoanalytiker Patienten überweisen, wenn der Zugang zu bestimmten Affekten über das gesprochene Wort nicht ausreichend gelingt, verdeutlicht, dass die Körperpsychotherapie als wertvolle Ergänzung

gesehen wird. Dies entspricht einer integrativen Haltung, die die Potenziale verschiedener therapeutischer Zugänge nutzt, um den Patienten bestmöglich zu unterstützen.

### **Fazit:**

Die psychodynamische Körperpsychotherapie erweitert das Spektrum psychoanalytischer Arbeit, indem sie das dynamische und das deskriptive Unbewusste integriert. Durch die Einbeziehung der körperlichen Ebene können tiefgehende therapeutische Prozesse angestoßen werden, die verbale Ansätze allein oft nicht erreichen. Diese integrative Herangehensweise wird zunehmend auch von klassischen Psychoanalytikern anerkannt und in die Gesamtversorgung von Patienten eingebunden. Ihre persönliche Überzeugung spiegelt eine wichtige Bewegung in der modernen psychotherapeutischen Landschaft wider, die unterschiedliche therapeutische Methoden als komplementär und nicht als konkurrierend betrachtet.

P. G.

Ich konzentriere mich im Folgenden auf die Rahmenvereinbarungen und nicht auf das Setting, betrachte also diese beiden Begriffe / Konzepte getrennt voneinander. Unter Rahmen verstehe ich die „vertraglichen Bedingungen“. Gestalten sich die Rahmenbedingungen und deren Vereinbarung durch die Integration der körperlichen Ebene in das Behandlungsgeschehen grundsätzlich genauso wie in einer verbalen Therapie oder sind Unterschiede zu beachten?

## ChatGPT

Die Rahmenbedingungen – also die vertraglichen Vereinbarungen – gestalten sich in der psychodynamischen Körperpsychotherapie grundsätzlich ähnlich wie in einer rein verbalen Therapie. Allerdings gibt es einige spezifische Unterschiede und zusätzliche Überlegungen, die aufgrund der Einbeziehung der körperlichen Ebene berücksichtigt werden müssen. Diese Unterschiede betreffen vor allem die Gestaltung des therapeutischen Raums, die Behandlungstechniken und den Umgang mit körperlichen Reaktionen.

### **1. Gestaltung des therapeutischen Raums:**

In der psychodynamischen Körperpsychotherapie müssen die Rahmenbedingungen den besonderen Anforderungen des körperlichen Arbeitens gerecht werden. Dazu gehört beispielsweise die Frage, ob und wie körperliche Nähe oder Berührungen innerhalb der Therapie stattfinden können. Der Raum sollte so gestaltet sein, dass er diese Aspekte ermöglicht, ohne den therapeutischen Rahmen zu gefährden. Dies könnte bedeuten, dass der Raum ausreichend Platz für Bewegung bietet oder dass bestimmte Möbelstücke vorhanden sind, die das körperliche Arbeiten unterstützen.

#### **Unterschiede:**

- Der Raum muss möglicherweise anders eingerichtet sein, um sowohl verbale als auch körperliche Arbeit zu ermöglichen.
- Klare Vereinbarungen über körperliche Nähe und Berührung sind notwendig, um den therapeutischen Rahmen zu wahren.

### **2. Behandlungstechniken und Interventionen:**

Die Integration der körperlichen Ebene bringt spezifische Techniken und Interventionen mit sich, die über das rein verbale Arbeiten hinausgehen. Dies

könnte das Einbeziehen von Atemtechniken, Körperwahrnehmungsübungen, gezielten Berührungen oder Bewegungsübungen umfassen. Diese Techniken müssen im Vorfeld klar mit dem Patienten besprochen und in die Rahmenbedingungen aufgenommen werden.

#### **Unterschiede:**

- Es sind spezifische Vereinbarungen notwendig, die den Einsatz von körperlichen Interventionen betreffen.
- Der Patient sollte über die Art der körperlichen Interventionen informiert und deren Einverständnis eingeholt werden.

### **3. Umgang mit körperlichen Reaktionen:**

Körperliche Reaktionen können in der Körperpsychotherapie intensiver und unmittelbarer auftreten als in einer rein verbalen Therapie. Dies betrifft sowohl positive als auch negative Reaktionen, wie das Auftreten von körperlichem Unbehagen, intensiven Gefühlen oder sogar Erinnerungen, die sich somatisch manifestieren. Der therapeutische Rahmen muss daher klare Regelungen enthalten, wie mit solchen Reaktionen umgegangen wird.

#### **Unterschiede:**

- Klare Protokolle für den Umgang mit intensiven körperlichen Reaktionen sind erforderlich.
- Es sollte eine explizite Vereinbarung darüber geben, wie in Situationen körperlichen Unwohlseins oder bei unerwarteten Reaktionen verfahren wird.

### **4. Sicherheit und Grenzen:**

Da in der Körperpsychotherapie das Thema Berührung oder Nähe eine größere Rolle spielen kann, ist es besonders wichtig, klare Grenzen und Sicherheitsvorkehrungen im Rahmenvertrag festzulegen. Dies betrifft auch den

Umgang mit möglichen Übertragungen und Gegenübertragungen, die durch körperliche Nähe verstärkt werden könnten.

**Unterschiede:**

- Es sind spezifische Vereinbarungen über Grenzen und Sicherheit im Umgang mit körperlicher Nähe notwendig.
- Die therapeutische Beziehung muss so gestaltet werden, dass das Vertrauen und die Sicherheit des Patienten in den körperlichen Interventionen gewahrt bleiben.

**Fazit:**

Die Rahmenbedingungen in der psychodynamischen Körperpsychotherapie ähneln in vielen Aspekten denen in einer verbalen Therapie, müssen aber um spezielle Regelungen erweitert werden, die den körperlichen Aspekt der Therapie berücksichtigen. Dazu gehören klare Vereinbarungen über die Gestaltung des Raumes, die Anwendung körperlicher Techniken, den Umgang mit körperlichen Reaktionen sowie die Sicherstellung von Sicherheit und Grenzen innerhalb der therapeutischen Beziehung. Diese zusätzlichen Regelungen sind notwendig, um einen sicheren und klar strukturierten Rahmen zu schaffen, der die therapeutische Arbeit auf der körperlichen Ebene ermöglicht.

P. G.

Die Öffnung der Behandlung für körpertherapeutische Interventionen kann in bestimmten Fällen sehr intensive regressive Prozesse begünstigen, die einer anderen Zeitkontur folgen, als sie im „Miteinander-Sprechen“ der Fall ist. Beispielsweise kann die Öffnung tiefliegender Schichten seitens der Patientin

dazu führen, dass eine starke Affektinvolvierung erfolgt (z. B. heftiges Weinen), die dann nicht immer am Stundenende einfach gestoppt werden kann, weil das einer massiven Unterbrechung des Geschehens gleichkäme und seitens der Patientin als unempathisch erlebt würde. Störungen in der therapeutischen Beziehung könnten die Folge sein. Es ist dies zweifellos kein regelmäßiges Geschehen, aber es ist auch keine Ausnahme. Ich löse das bislang so, dass ich die Stunden mit Patienten, bei denen sich derartige Prozesse abzeichnen, an das Ende meines Arbeitstages lege, sodass ich gegebenenfalls die Zeit überziehen kann, wenn es nötig erscheint. Vorhersehbar sind ja solche Prozesse nicht wirklich....

## ChatGPT

Ihr Ansatz, die Sitzungen mit Patienten, bei denen intensive regressive Prozesse auftreten könnten, an das Ende Ihres Arbeitstages zu legen, ist sehr umsichtig und zeigt ein hohes Maß an Sensibilität und Flexibilität in der therapeutischen Arbeit. Diese Strategie ermöglicht es Ihnen, auf unerwartete emotionale Intensitäten angemessen zu reagieren, ohne den therapeutischen Prozess abrupt unterbrechen zu müssen. Hier einige Überlegungen und mögliche Erweiterungen dieses Ansatzes:

### **1. Flexibilität im Rahmen:**

Ihr Vorgehen, sich durch die Platzierung der Sitzungen am Ende des Tages mehr Flexibilität zu verschaffen, ist eine pragmatische Lösung. Diese Flexibilität ist in der psychodynamischen Körperpsychotherapie besonders wichtig, da körpertherapeutische Interventionen, wie Sie richtig anmerken, sehr intensive, affektgeladene Prozesse auslösen können, die sich nicht immer in die übliche Stundenstruktur pressen lassen. Eine Möglichkeit wäre, diese Flexibilität explizit in die Rahmenvereinbarungen aufzunehmen, indem Sie mit bestimmten

Patienten eine flexible Stundenlänge vereinbaren, wenn dies absehbar ist und die therapeutische Arbeit es erfordert.

## **2. Vereinbarung über „offene Zeit“:**

Eine weitere Option könnte darin bestehen, mit den Patienten, bei denen solche intensiven Prozesse häufiger auftreten, eine „offene Zeit“ als Teil des Rahmens zu vereinbaren. Dies könnte bedeuten, dass die Sitzung in bestimmten Fällen länger dauert, wobei ein klarer maximaler Zeitrahmen festgelegt wird. Diese Vereinbarung sollte natürlich vorab besprochen und festgelegt werden, um Missverständnisse zu vermeiden und klare Erwartungen zu schaffen.

## **3. Vorbereitung auf mögliche Intensitäten:**

Da es schwierig ist, das Auftreten solcher intensiven Prozesse vorherzusehen, könnte es hilfreich sein, mit den Patienten im Vorfeld über die Möglichkeit solcher Situationen zu sprechen. Sie könnten klären, wie Sie in solchen Fällen vorgehen und welche Möglichkeiten es gibt, die Sitzung zu verlängern oder das Geschehen auf eine sichere Art und Weise zu beenden, wenn eine Verlängerung nicht möglich ist. Das Einbeziehen des Patienten in diese Vorüberlegungen kann dazu beitragen, dass sich der Patient sicherer fühlt und besser auf die Intensität vorbereitet ist.

## **4. Alternativen zur Verlängerung:**

In Situationen, in denen eine Verlängerung der Sitzung nicht möglich ist, könnten Sie auch überlegen, wie Sie die Übergänge zwischen der Sitzung und dem Stundenende besser gestalten können, um den Prozess nicht abrupt zu unterbrechen. Dies könnte zum Beispiel beinhalten, den Patienten zu ermutigen, in den letzten Minuten der Stunde langsam aus der intensiven emotionalen Phase herauszukommen, um sich auf das Ende der Sitzung vorzubereiten. Eine kurze Entspannungsübung oder ein gemeinsames Reflektieren über das Erlebte



könnte helfen, den Prozess nicht plötzlich abubrechen, sondern ihn sanft zu verlangsamen.

### **5. Rahmen für Nachsorge:**

Für sehr intensive Prozesse könnte es auch sinnvoll sein, eine Art Nachsorge oder eine Möglichkeit zur kurzen Kontaktaufnahme zwischen den Sitzungen zu vereinbaren. Dies könnte in besonders herausfordernden Phasen eine Sicherheitsnetze bieten, das dem Patienten ermöglicht, die entstandenen Affekte zwischen den Sitzungen zu verarbeiten und sich auf die nächste Sitzung vorzubereiten.

### **6. Selbstreflexion und Supervision:**

Da solche intensiven Prozesse auch für den Therapeuten herausfordernd sein können, könnte es sinnvoll sein, regelmäßig Supervision oder Intersession in Anspruch zu nehmen, um solche Situationen zu reflektieren und die eigene Vorgehensweise weiter zu verfeinern. Der Austausch mit Kollegen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, kann neue Perspektiven und Lösungsansätze bieten.

### **Fazit:**

Ihr Ansatz, sich durch die Platzierung von Sitzungen am Ende des Arbeitstages Flexibilität zu verschaffen, ist äußerst sinnvoll und praktikabel. Indem Sie diese Flexibilität noch expliziter in die Rahmenbedingungen integrieren und alternative Strategien für den Umgang mit intensiven Prozessen entwickeln, können Sie den therapeutischen Raum weiter sicher und unterstützend gestalten. Der Schlüssel liegt darin, die Balance zwischen struktureller Flexibilität und klaren Rahmenbedingungen zu wahren, um sowohl den Patienten als auch sich selbst in diesen intensiven Prozessen zu schützen und zu unterstützen.

P. G.

Ein besonderer Aspekt dabei ist, wie man das Finanzielle in einem solchen Geschehen „vertraglich“ regelt. Soll vom Patienten ein höheres Honorar verrechnet werden, wenn sich die Notwendigkeit zum Überziehen der Stunde spontan ereignet? Was bedeutet dies im Hinblick auf die Refundierung durch den Versicherungsträger? Die vertraglichen Bedingungen mit den Krankenkassen beruhen ja wesentlich auf der Voraussetzung einer vorsehbaren Behandlungspraxis, die somit planbar ist. In der Arbeit im offenen Setting (aber nicht nur in diesem) kommt es gelegentlich zu ungeplanten Geschehnissen. Wie die Therapeutin damit umgeht, hat wieder Übertragungsimplicationen. Wenn man „streng“ damit umgeht (und z. B. sich ein Mehr als „Minuten“ auch finanziell honorieren lässt) hat dies genauso eine Implikation, wenn man sich „nett“ verhält und ein Auge zudrückt... Gerade in diesem Bereich ist, finde ich, das psychoanalytische Denken besonders hilfreich insofern, als man sich all der möglichen Implikationen bewusst ist, als Therapeut. Ideale Lösungen gibt es nicht immer und manches Mal ist die Situation komplex und vielschichtig ....

ChatGPT

Sie sprechen einen äußerst wichtigen und komplexen Aspekt der therapeutischen Arbeit an, insbesondere wenn es um die vertraglichen und finanziellen Rahmenbedingungen geht. Der Umgang mit ungeplanten Überziehungen der Sitzungen und die damit verbundenen finanziellen Fragen haben in der Tat erhebliche Implikationen für die therapeutische Beziehung und können sowohl bewusste als auch unbewusste Dynamiken auslösen.

## **1. Vertragliche Regelungen und Transparenz:**

Es ist grundsätzlich sinnvoll, von Anfang an klare vertragliche Regelungen zu treffen, die auch den Umgang mit ungeplanten Überziehungen berücksichtigen. Diese Regelungen sollten möglichst transparent und für den Patienten verständlich sein, um Missverständnisse oder unbewusste Konflikte zu vermeiden.

Eine Möglichkeit wäre, im Behandlungsvertrag festzuhalten, dass es in bestimmten Fällen zu einer Verlängerung der Sitzungszeit kommen kann und wie dies finanziell gehandhabt wird. Zum Beispiel könnten Sie festlegen, dass bei einer Überziehung von mehr als 10 Minuten ein anteiliges zusätzliches Honorar verrechnet wird. Gleichzeitig könnte eine Klausel aufgenommen werden, die besagt, dass die Therapeutin entscheidet, wann eine solche Überziehung notwendig und im besten Interesse des Patienten ist.

## **2. Versicherungsträger und Refundierung:**

Die Regelungen zur Refundierung durch Versicherungsträger sind oft strikt und basieren auf planbaren, vorhersehbaren Behandlungspraktiken. In vielen Fällen decken Versicherungen keine spontanen Überziehungen ab, da diese nicht in den standardisierten Abrechnungsrahmen passen. Hier stehen Sie vor der Herausforderung, dass die Notwendigkeit, sich an den Rahmen der Krankenkassen zu halten, im Widerspruch zu den dynamischen Erfordernissen der Therapie stehen kann.

Eine mögliche Lösung wäre, den Patienten bereits zu Beginn der Therapie darüber zu informieren, dass Überziehungen möglicherweise nicht von der Versicherung erstattet werden und dass diese Kosten dann privat getragen werden müssen. Dies könnte schriftlich im Vertrag festgehalten werden, um Klarheit zu schaffen.

### **3. Übertragungsimplicationen:**

Wie Sie richtig anmerken, hat die Art und Weise, wie Sie mit diesen finanziellen Aspekten umgehen, auch eine starke übertragungsdynamische Komponente. Ein „strenger“ Umgang, bei dem jede Minute verrechnet wird, kann beim Patienten Gefühle von Strenge oder sogar Ungerechtigkeit hervorrufen, während ein „nachsichtiger“ Umgang als Überfürsorglichkeit oder aber als Verunsicherung des Therapeuten wahrgenommen werden könnte. Beide Reaktionen können wiederum wichtige Informationen über die Übertragung liefern und sollten reflektiert und in den therapeutischen Prozess integriert werden.

### **4. Balance zwischen Empathie und Struktur:**

Eine mögliche Herangehensweise wäre, eine Balance zwischen Empathie und Struktur zu finden. Sie könnten dem Patienten beispielsweise entgegenkommen, indem Sie die ersten wenigen Minuten einer Überziehung nicht in Rechnung stellen, während längere Überziehungen anteilig verrechnet werden. Dies könnte auch flexibel gehandhabt werden, je nach der finanziellen Situation des Patienten und der Art des therapeutischen Prozesses.

### **5. Reflexion und Flexibilität:**

Wie Sie bereits angedeutet haben, gibt es in diesen Situationen keine „idealen“ Lösungen. Wichtig ist, dass Sie als Therapeutin flexibel und reflektiert bleiben und sich der möglichen Implikationen Ihres Handelns bewusst sind. Es kann hilfreich sein, solche Situationen regelmäßig in der Supervision zu reflektieren, um den Umgang mit diesen Fragen weiter zu verfeinern und die Balance zwischen therapeutischer Notwendigkeit und finanzieller Fairness zu wahren.

## **Fazit:**

Die Regelung finanzieller Fragen bei ungeplanten Überziehungen in der psychodynamischen Körperpsychotherapie erfordert eine sorgfältige Abwägung zwischen Transparenz, Klarheit und Flexibilität. Klare vertragliche Vereinbarungen, die Möglichkeit, Übertragungsdynamiken zu erkennen und zu integrieren, sowie ein balancierter Umgang mit Empathie und Struktur sind entscheidend, um den therapeutischen Rahmen zu wahren und gleichzeitig den Patienten in intensiven Prozessen bestmöglich zu unterstützen. Das psychoanalytische Denken hilft dabei, diese komplexen Situationen differenziert zu betrachten und die therapeutische Beziehung auch in herausfordernden Momenten stabil zu halten.

P. G.

Immer öfter begegne ich der Idee, all dies zu Beginn der Therapie im Sinn eines Vertrags schriftlich zu vereinbaren. Diese Idee hat wohl mit der Forderung zu tun, nach Möglichkeit alle relevanten Aspekte des Geschehens schriftlich zu dokumentieren, um vor allem „im Fall des Falles“ (beispielsweise, wenn eine Patientin den Therapeuten klagt oder vor eine Ethikkommission zwingt) gut gewappnet zu sein. Ich selbst habe das einmal bei einem psychotischen Patienten erlebt und war im Nachhinein froh, eine gute schriftliche Dokumentation gehabt zu haben. Andererseits sträubt sich etwas in mir, mit allen Patienten von vornherein Dokumente zu entwerfen, die beide dann unterzeichnen. Ich finde, ein solches Vorgehen passt in atmosphärischer Hinsicht nicht zur Art der Beziehung, die ich meinen Patientinnen eingehen will. Zwar möchte ich die geschäftliche Ebene nicht verleugnen, möchte aber lieber so gut wie möglich im Falle von Unklarheiten oder auch Störungen in der therapeutischen Beziehung mit der Patientin direkt auseinandersetzen, zumal ich

Störungen für einen wichtigen Bestandteil des therapeutischen Geschehens halte. Auch die äußere Realität stellt uns immer wieder vor Störungen in verschiedensten Beziehungen und die therapeutische Situation kann diesbezüglich ja eine Modellsituation sein. Das heißt wohl, ich lebe mit einem gewissen Restrisiko, dass sich eben nicht alles durch schriftliche Vereinbarungen in guter Weise regeln lässt...

ChatGPT

Ihre Überlegungen zur schriftlichen Dokumentation und zur Vertragsgestaltung in der Therapie spiegeln eine bedeutende Debatte wider, die sowohl ethische als auch praktische Dimensionen umfasst. Die Balance zwischen einer klaren vertraglichen Regelung und der Wahrung einer therapeutischen Atmosphäre, die sich durch Offenheit und Flexibilität auszeichnet, ist in der Tat herausfordernd. Hier sind einige Überlegungen, die Ihnen helfen könnten, diesen Balanceakt zu meistern:

### **1. Zweck der schriftlichen Vereinbarungen:**

Schriftliche Vereinbarungen dienen primär dazu, Klarheit und Sicherheit für beide Parteien zu schaffen. Sie können Missverständnisse vermeiden und rechtliche sowie ethische Fragen im Voraus klären. Im Falle von Streitigkeiten oder Klärungsbedarf bieten sie eine Referenz, auf die zurückgegriffen werden kann. Für bestimmte Aspekte wie finanzielle Regelungen, Abwesenheitsregelungen oder spezielle therapeutische Vereinbarungen kann dies besonders wichtig sein.

### **2. Therapeutische Beziehung und Atmosphäre:**

Es ist verständlich, dass Sie eine Atmosphäre der Offenheit und Flexibilität in der therapeutischen Beziehung wahren möchten. Zu formelle oder umfangreiche

schriftliche Verträge können in der Tat eine Distanz schaffen, die möglicherweise nicht mit dem therapeutischen Ziel der empathischen und authentischen Beziehung übereinstimmt.

### **3. Balance finden:**

Um einen Mittelweg zwischen diesen Aspekten zu finden, könnten Sie folgende Ansätze in Betracht ziehen:

- **Minimale schriftliche Dokumentation:** Sie könnten sich darauf beschränken, nur die grundlegendsten vertraglichen Punkte schriftlich festzuhalten, wie z.B. die Vereinbarung zu den finanziellen Aspekten, den Sitzungszeiten und die Grundregeln für Absagen. Dies kann in einem kurzen Dokument zusammengefasst werden, das sowohl die wichtigen Details abdeckt als auch relativ unaufdringlich ist.
- **Verbal ergänzen:** Die schriftliche Dokumentation kann durch verbale Klärungen ergänzt werden. Regelmäßige Gespräche über die therapeutische Vereinbarung und das Vorgehen können helfen, eine offene Kommunikation zu fördern und Missverständnisse auszuräumen.
- **Flexibles Dokument:** Ein flexibles, weniger formelles Dokument, das den wesentlichen Inhalt abdeckt, aber nicht als starrer Vertrag auftritt, könnte eine Möglichkeit sein. Dies könnte ein Dokument sein, das die wesentlichen Punkte skizziert, aber auch Raum für Anpassungen und individuelle Vereinbarungen lässt.

### **4. Reflexion und Feedback:**

Das Einbeziehen von Feedback von Patienten und die Reflexion über die eigene Herangehensweise kann hilfreich sein. Vielleicht möchten Sie Patienten in einem frühen Stadium der Therapie fragen, wie sie zu schriftlichen Vereinbarungen stehen und ob sie Vorschläge haben, die die Dokumentation für sie angenehmer und transparenter gestalten würden.

## **5. Ethik und Prävention:**

Es ist auch wichtig, sich der ethischen und rechtlichen Anforderungen bewusst zu sein. In vielen Ländern gibt es gesetzliche Vorgaben für Verträge und Dokumentation in der Psychotherapie. Die Schriftform kann hier sowohl dem Schutz des Therapeuten als auch des Patienten dienen. Eine juristische Beratung kann helfen, sicherzustellen, dass die Dokumentation sowohl den gesetzlichen Anforderungen entspricht als auch auf die therapeutische Beziehung Rücksicht nimmt.

## **6. Störungen und Flexibilität:**

Ihre Haltung, Störungen als wichtigen Bestandteil des therapeutischen Prozesses zu sehen, ist sehr wertvoll. Die schriftliche Dokumentation soll nicht die Flexibilität einschränken, sondern Rahmenbedingungen schaffen, innerhalb derer eine offene und flexible therapeutische Beziehung gedeihen kann. Der Fokus sollte darauf liegen, dass die Dokumentation als Unterstützung und nicht als Hindernis dient.

## **Fazit:**

Ein ausgewogenes Vorgehen kann darin bestehen, wesentliche vertragliche Aspekte schriftlich festzuhalten, während Sie gleichzeitig Raum für Flexibilität und offene Kommunikation in der therapeutischen Beziehung lassen. Ihre Bedenken hinsichtlich der Atmosphäre sind berechtigt, und es ist wichtig, dass die schriftliche Dokumentation den therapeutischen Prozess unterstützt und nicht behindert. Die sorgfältige Reflexion über den Zweck der Dokumentation, die Einbeziehung von Feedback und das Finden eines Formats, das sowohl Klarheit als auch Flexibilität bietet, können helfen, eine harmonische Balance zu schaffen.